

## Arbeitsmaterialien für Erzieherinnen und Erzieher

Kinder spielend fördern, Wissen spannend vermitteln! – Kreative Ideen und Materialien für Krippe, Kindergarten, Kita und Hort

### Elementarpädagogik im Fokus – Ausgabe 3

Mit Brain-Gym® Kita-Kinder für die Schule fit machen!

Andrea Miska-Roß



#### Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe aus der „Kreativen Ideenbörse Kindergarten“ der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage (Originalquelle siehe Fußzeile des Beitrags)

► Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie hier.



#### Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet.

► Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie hier.



#### Haben Sie noch Fragen?

Unser Kundenservice hilft Ihnen gerne weiter:

Schreiben Sie an [info@edidact.de](mailto:info@edidact.de) oder per Telefon 09221 / 949-204.

Ihr Team von eDidact



## Mit Brain-Gym® Kita-Kinder für die Schule fit machen!

*Wer im Internet nach „Kernkompetenzen zum Schuleintritt“ forscht, trifft auf viele und auch auf lange Listen mit notwendigen Voraussetzungen, die ein Kind zu seinem ersten Schultag bereits mitbringen sollte. Auf den ersten Blick erscheinen diese Voraussetzungen als logische und folgerichtige Zielsetzungen, um Kinder gut ausgestattet in die Schule zu schicken. Hier ist eine kleine Auswahl:*

*Das Kind soll sich in der Schule 10 bis 20 Minuten auf eine Sache konzentrieren können, den Anweisungen der Lehrkräfte folgen, ruhig sitzen können, es soll zuhören und sich vom Mitschüler nicht ablenken lassen, ihm dabei aber mit Rücksicht und Respekt begegnen. Das Schulkind soll beim Schreiben oder Zeichnen den Stift ohne Verkrampfung halten und einfache Formen mit der Schere ausschneiden können. Es soll Farben und Formen unterscheiden können, soll im Wechsel an die Tafel blicken und in das Heft direkt vor sich. Es soll interessiert und begeisterungsfähig sein, sich auch mal alleine beschäftigen. Darüber hinaus sollte das Kind beim Sprechen die Laute richtig artikulieren, einen ersten Blick über Zahlen und Mengen haben und sich auch eine Reihenfolge merken können usw. usw.*

*Wohl dem Kind, das diese Kompetenzen bei der Einschulung bereits mitbringt und so für sich, die Eltern und die Grundschullehrer\*innen einen entspannten Einstieg ins Schulleben schafft. Aber was ist mit den anderen Kindern?*

Andrea Miska-Roß



## Brain-Gym®-Übungen für den Einstieg

### ÜBERKREUZBEWEGUNG:

Bei der Überkreuzbewegung werden zeitgleich der Arm der einen Seite und das Bein der gegenüberliegenden Seite aktiviert. Abwechselnd werden nun rechter Arm/ linkes Bein und linker Arm/ rechtes Bein angesteuert. Diese Übung lässt sich in vielen Varianten ausführen. Wenn ein Kind große Schwierigkeiten mit dem Gleichgewicht hat, beginnt man am besten im Liegen. Eine Steigerung ergibt sich durch das Kreuzen nach hinten (Berühren der Ferse).

**Wirkung:** Um diese Bewegung ausführen zu können, müssen beide Gehirnhälften gleichzeitig aktiviert werden. Regelmäßiges Anwenden führt zu mehr neuronalen Verbindungen im Corpus Callosum, der Verbindung zwischen rechter und linker Gehirnhälfte. So wird Denken auf einer höheren Ebene möglich. (Hannaford 2013, Seite 157).

### DIE LIEGENDE ACHT FÜR DIE AUGEN:

Mit ausgestrecktem Arm und hochgestrecktem Daumen wird eine liegende Acht so vor den Körper in die Luft gemalt, dass der Kreuzungspunkt auf der Körpermitte liegt. Ohne den Kopf mitzudrehen, verfolgen die Augen dabei den möglichst großen Weg des Daumens, der aber das Sehfeld nie verlässt. Die Übung wird mit jedem Arm getrennt und zum Schluss mit beiden Armen und zusammengefalteten Händen durchgeführt. Die Bewegung beginnt immer in der Mitte und startet nach links oben.

**Wirkung:** Diese Übung trainiert das Zusammenspiel der Augenmuskeln. Der Blickwinkel wird erweitert, Verbesserung der Hand-Augen- und Augen-Hand-Koordination.

### ENERGIEGÄHNEN:

Beim Energiegähnen wird mit beiden Händen jeweils rechts und links das Kiefergelenk unmittelbar vor den Ohren leicht massiert, dabei wird der Unterkiefer nach unten geöffnet. Durch die Massage wird oftmals der Gähnreflex ausgelöst.

**Wirkung:** Über das Kiefergelenk verlaufen wichtige Hirnnerven, die durch die Massage stimuliert werden. Es kommt zur Entspannung der Kiefer- und Gesichtsmuskulatur. Das Gähnen stimuliert die Befeuchtung der Augen und wirkt sich somit positiv auf das Sehen aus.

### DENKMÜTZE (Titelbild):

Bei der Denkmütze ziehen wir mit Daumen und Zeigefinger das Ohr leicht nach hinten-außen. Dabei wird es von oben

